

KARINA AVERBUCK RAMOS

**PROGRAMA DE AMBIENTAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA AQUÁTICA:
POSSIBILIDADES DE IMPLANTAÇÃO**

Monografia apresentada como requisito parcial
para a conclusão do Curso Bacharelado em
Educação Física, do Departamento de
Educação Física, Setor de Ciências Biológicas,
Universidade Federal do Paraná.

Orientador: Prof..Dr. Sergio Luiz Carlos Dos
Santos

**CURITIBA
2009**

RESUMO

Palavras- chave: ambientação aquática, sobrevivência aquática, Projeto Galha Azul, afogamentos, cava de Curitiba

Este trabalho discute as possibilidades e necessidades de implantação do programa Ambientação e sobrevivência aquática, que tem como o pressuposto “prevenir é salvar”, dentro do projeto Galha Azul, este pertencente à Universidade Federal do Paraná. O Projeto atende cerca de 220 alunos anualmente, entre 9 e 16 anos, residentes do bairro Cajuru da cidade de Curitiba. Estas participaram do Programa que tem como base a apresentação do meio aquático a uma população que dificilmente teria possibilidades de frequentar este meio com segurança.

1.0 INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como principal objetivo a discussão sobre a implantação de um Programa de Ambientação e Sobrevivência Aquática dentro do Projeto Galha Azul, pertencente este ao Departamento de Educação Física, do Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná.

Este projeto atende crianças e adolescentes entre 9 e 16 anos, provenientes de escolas municipais, moradores do Cajuru e dos bairros próximos ao campus Centro Politécnico, e não praticantes de natação (ARAUJO, 2008).

Visto que as opções de lazer aquático em Curitiba são mínimas - principalmente naquela região - que as cavas da região metropolitana da Capital são de fácil acesso para moradores do bairro Cajuru e proximidades (URBS, 2009), que as cavas matam mais do que o mar (SAMPAIO, 2009), e, que apesar de toda a prevenção feita pela prefeitura de Curitiba, através da Guarda municipal e do Corpo de Bombeiros (Redação O ESTADO DO PARANÁ, 2004), os afogamentos ainda continuam.

Com isso, fazem-se necessárias outras formas de prevenção. Dentre elas, para este grupo, a melhor opção será o Programa de Ambientação e Sobrevivência Aquática. Porém, para desenrolar todas essas questões é necessário entender o grupo para o qual este programa é indicado, as causas desta prevenção, as técnicas aquáticas a serem utilizadas neste programa e o porquê foram estas as escolhidas pelo autor. Todas estas questões, espero, serão respondidas ao longo deste trabalho sendo a principal delas - "Qual a necessidade e os benefícios de implantação do Programa Ambientação e Sobrevivência Aquática para o Projeto Galha Azul?" - discutida no último trecho do trabalho após a apresentação de todos os dados recolhidos.

2.0 REVISÃO DA LITERATURA

2.1 DADOS DO PROJETO:

O Projeto Gralha Azul pertence ao Departamento de Educação Física, do Setor de Ciências biológicas, da Universidade Federal do Paraná e, tem como coordenador geral o Professor Doutor Sérgio Luiz Carlos dos Santos. É conveniado com o Instituto Ayrton Senna, que mensalmente contribui financeiramente e com tecnologia social para a manutenção deste projeto. Através deste convênio foi adotado o “Programa Educação pelo Esporte”, para a inclusão social, e com ele a idéia de aproximar a comunidade de baixa renda, residentes em bairros próximos - ao campus “Centro Politécnico”- à Universidade. Tal programa visa à formação integral do sujeito e, está estruturado nos pressupostos educacionais da UNESCO que são: “aprender a ser, aprender a conviver, aprender a conhecer, e aprender a fazer”.

- a. “Aprender a ser”: proporcionar ao indivíduo a possibilidade de descobrir e aprender suas competências. Para que isto ocorra é necessário que o indivíduo desenvolva em si os seguintes aspectos:
 - 1. Autoconhecimento: construção da identidade para que o indivíduo tenha consciência de si mesmo;
 - 2. Auto-estima: aprender seus limites, possibilidades e qualidades. Para aprender a tolerar o outro;
 - 3. Autoconfiança: acreditar em si mesmo. Conhecendo a si mesmo, suas possibilidades e competências, o indivíduo aprende autoconfiança;
 - 4. Auto - conceito: imagem e idéia que se tem de si mesmo (ANDRE; COSTA, 2004 apud ARAUJO, 2008).
- b. “Aprender a conviver”: aprender a se relacionar com o outro. O desenvolvimento desta competência ocorre em dois níveis. O primeiro se refere a relacionamentos pessoais (família, amigos), e o segundo à relacionamentos sociais. (trabalho, escola) Para desenvolver tal competência o indivíduo precisa aprender:
 - 1. O reconhecimento do outro;
 - 2. Convívio com a diferença;
 - 3. Interação com o grupo estando atento ao outro;

4. Comunicação: saber falar e ouvir;
 5. Afetividade e sexualidade;
 6. Convívio em grupo: pertencer a um grupo, compartilhar estilos de vida.
- c. “Aprender a conhecer”: Procurar informações para conhecer melhor o mundo em que vive. Porém, faz-se necessário:
1. Leitura e escrita;
 2. Cálculo e resolução de problemas;
 3. Análise e interpretação de dados, fatos e situações;
 4. Acesso à informação acumulada.

Com determinadas ferramentas pode-se desenvolver competências consideradas essenciais para aprender em todos os espaços e ocasiões, são elas: autodidatismo (aprender com o mundo: desenvolvido através da curiosidade e gosto pelo novo, potencializa o processo de aprendizagem); didatismo (ensinar outro e, com isso, aprender); construtivismo (construção do conhecimento).

- d. “Aprender a fazer”: permita ao indivíduo criar e realizar transformações em qualquer domínio, inclusive no mercado de trabalho, através de:
1. Criatividade;
 2. Aquisição, gestão e produção de conhecimento, (HASSENFLUG, 2004, p.78 apud ARAÚJO, 2008).

Segundo CHAVES, 2004 apud ARAÚJO, 2009:

“O programa tem como meta tornar crianças e jovens capazes de compreender sua realidade, concretizar seus sonhos, participar da sociedade como cidadãos críticos, contribuindo com idéias e ações para a transformação das suas próprias vidas e do mundo a sua volta (...) -neste- o esporte é o articulador da ação educativa e sua prática é precursor (a) em relação às atividades de saúde, arte e apoio a escolarização”.

Em 2008, o Projeto Galha Azul atendeu, por volta, de 220 crianças, de 9 a 16 anos, todas residentes nas proximidades do campus Centro Politécnico, destas 44% eram meninas e 56% eram meninos; 16% tinham 9 anos; 28% tinham 10 anos; 24%

tinham 11 anos; 18% 14 anos; com relação a prática de atividade em modalidades esportivas, 58% respondem que jogam futebol enquanto, 0% praticam natação ou tênis, esportes considerados, pelo senso comum, como dispendiosos (ARAÚJO, 2008). Para que pudessem participar das atividades do projeto os prováveis alunos deveriam entregar: declaração de matrícula em escola municipal atendida pelo projeto, autorização dos responsáveis, ficha de inscrição, fotocópia da certidão de nascimento. (PLANO DE TRABALHO DO PROJETO GRALHA AZUL, 2008). O projeto funciona cinco vezes por semana – na quarta-feira realizam reunião pedagógica, não ocorre atendimento ao aluno. É realizado no contra turno escolar; as crianças são transportadas de ônibus - oferecido pela Universidade Federal do Paraná – das suas escolas até o Centro de Educação Física e Desportos (CED) e vice versa - situado do campus Centro Politécnico, pertencente ao Departamento de Educação Física, no final de cada jornada.

2.2 AS CAVAS:

O Rio Iguaçu, está a leste da capital, possui 68 km² de extensão, representando, assim, 15,77% das bacias hidrográficas de Curitiba de acordo com a Secretaria Municipal de Saneamento, e

“devido ao relevo de Curitiba possuir predominância de maiores altitude ao norte do município, todas as suas 6 bacias hidrográficas (Passaúna, Barigui, Atuba-Bacacheri, Ribeirão dos Padilhas, e Iguaçu) correm para o sul do município indo desembocar no principal rio de Curitiba, o Iguaçu, que por sua vez irá desaguar no Rio Paraná, a oeste do estado.” (p.10) (Curitiba em dados 2004. Ippuc,2004).

Localizado ao longo do rio Iguaçu, próximo a entrada do município de São José dos Pinhais encontra-se o Parque Regional do Iguaçu, que é considerado uma área de preservação ambiental, definida:

“(...) no primeiro Plano Diretor com finalidade de estabelecer uma reserva natural, servindo de ponto de encontro para todos os habitantes e, principalmente, como um instrumento de controle das cheias que têm afligido as populações da periferia de Curitiba. Do ponto de vista metropolitano assume o porte de Parque regional com função além das citadas, de evitar a conturbação com os municípios vizinhos. Em 1991, através do Decreto n 410/91 foi criada a área de proteção ambiental do Iguaçu (APA), com o objetivo de garantir a preservação, conservação, melhoria e recuperação da qualidade ambiental da faixa da bacia do Iguaçu situada no município, estabelecendo áreas de preservação permanente e de recuperação, áreas de restrição de uso e áreas de transição, onde ficam definidas áreas de uso e ocupação de solo” (IPPUC, 1996).

Este parque, era em 1995, o maior parque urbano linear, pois ele tem uma extensão de 8.264.316 m² de área verde, e apresenta diversas atrações tais como o Zoológico de Curitiba, o Parque Náutico, o Parque Pedaleiro, além de campo de rúgbi, canchas de futebol, estádio de beisebol, playground e mirante com ancoradouro. (PMC, 1995). E, é exatamente pelo volume de extensão que o Parque possui o maior número de cavas em sua área (SECS, 2007), porém nem todas estão protegidas no Parque, pois segundo a SECS, (2007): “A Região Metropolitana de Curitiba possui, cerca de, 55 quilômetros de cavas encontradas ao longo do Rio Iguaçu formadas pela atividade de extração de argila e areia.”

As cavas de Piraquara e São José dos Pinhais são resultado da extração de areia e argila da várzea do rio Iguaçu em conjunto com o acúmulo de água das chuvas em seu interior. No estado do Paraná a produção de argila é, cerca de, 8 milhões de toneladas utilizada na produção de cerâmica, telhas, tijolos e manilhas,e 4 milhões de areia na produção de óleo.(ANDRICH, 2008).

Encontramos em FURLAN, (2007) a seguinte assertiva: “Segundo José Paulo Loureiro, engenheiro agrônomo, (...) eles (empresas de extração de areia e argila) fazem escavação, tiram argila e depois areia, destruindo a vegetação, e abandonam a área alagada. A atividade altera completamente o ecossistema. Muda de mata ciliar (várzea) para lacustre (....) Adonis Ferreira Bobko, (...) completa que a areia e a argila presentes nas regiões de várzea funcionam ainda como filtros naturais para a poluição do rio. Sem elas, a sujeira não é barrada.”

Também, verificamos que CHUEIRE JR, (2003) pondera sobre a periculosidade das cavas:

“Os afogamentos em cavas e rios também preocupam. A população desconhece o local, mas acaba entrando por causa das altas temperaturas nesta época do ano (se referindo a dezembro). E, geralmente, esses locais são impróprios para banho. A condição da água pode até causar hepatite e leptospirose. E, nesses lugares, não há garantia de que o relevo é seguro. Em grande parte existem vegetações, pedaços de madeira e até mesmo lixo”- como alerta o tenente Eduardo Gomes Pinheiro, do Corpo de Bombeiros.”

As cavas têm como característica o fundo irregular, água parada, muitas vezes, insalubre, ou com lixo, como bem alerta “A água é coberta de lodo, o que dificulta o trabalho de localização de vítimas feito pelo Corpo de Bombeiros” (Redação O Estado do Paraná, 2004), e ainda, como pondera SAMPAIO, (2009): *não possuem guarda vidas, pois normalmente ficam em áreas privadas. Também corrobora WRONISKI, (2007): “Na região de Curitiba, os acidentes geralmente ocorrem em lugares impróprios para banho e, por isto mesmo, não há salva-vidas”*

Aquelas que são de propriedade do estado e estão sendo monitoradas, através de uma parceria entre os Guarda Municipais e o Corpo de Bombeiros, porém isso ocorre apenas no Parque do Iguaçu e Parque Náutico: *“Duas viaturas e duas motocicletas da Guarda percorrem os trechos das cavas espalhados pelos dois parques. Os agentes sempre encontram pescadores e pequenos grupos de pessoas dentro da água e fazem pelo menos 10 orientações diariamente sobre a proibição de banho e pesca no local. Quando os nadadores são crianças, a Central de Resgate Social da prefeitura e o Conselho*

Tutelar são acionados para que avisem os pais sobre a atitude dos filhos” (Redação O estado do Paraná, 2004).

As cavas mais distantes, de difícil acesso para veículos motorizados, o que não indica que o morador próximo ou o freqüentador não chegue até lá, não são monitoradas. Segundo PRATEANO, (2009):

“O major Prestes afirma que as ocorrências desse tipo têm diminuído na capital, justamente porque há maior fiscalização, e que os maiores problemas ocorrem na região metropolitana, em lugares mais afastados.” Isso, inclusive, favorece atos de violência. Há muitas pessoas que vão nadar em locais afastados, sem policiamento, e acabam sofrendo violência física ou até morrendo. “E, nesses casos, o agressor acaba escondendo o corpo no próprio local.”

Em consonância com CARVALHO, (2006), o Corpo de Bombeiros não disponibiliza guarda-vidas para as cavas, pois não concorda com a atividade dos banhistas. Sobre isso, em entrevista com o Tenente Leonardo Mendes dos Santos, relações públicas do Corpo de Bombeiros, ele argumenta:

“É uma questão mais de consciência do que de colocar profissionais para fazer a assistência. Daria uma falsa sensação de segurança. Estaríamos sendo coniventes com a situação”. E ainda referendado por SAMPAIO, (2009): “ Estes lagos artificiais, oriundos da atividade de extração de areia, não tem como serem extintos. A contenção de água no local é um fenômeno natural, que também tem sua utilidade. “ Nascem lagos destes lugares e eles servem como um bolsão de água para que toda a água da chuva não caia direto nos rios. Elas têm sua utilidade. “Não é possível secá-las e nem tampá-las, simplesmente” Aponta o major” - referindo-se ao major Bortolini.

Com a expansão das cidades nestes últimos dez anos (IPPUC, 1996), tanto de bairros periféricos da Capital quanto da região metropolitana, e o conseqüente aumento das linhas de ônibus nesta região (IPPUC, 1996), o acesso as cavas facilitou muito, hoje existem linhas de ônibus que fazem rotas para o Parque Regional do Iguaçu todos os dias, inclusive feriados. Estes ônibus saem do terminal do Boqueirão, e em dias mais tranquilos passam de hora em hora. A linha de turismo não faz este trajeto.

As cavas localizam-se, segundo o “Curitiba sites” entre as regiões do Cajuru, Boqueirão e Alto Boqueirão, na região sul e sudeste da cidade e o acesso pode ser ou pelo Jardim Paranaense ou pela Via Intercavas, que tem início no final da Avenida Marechal Floriano. Já o Wikimapa localiza-o entre a linha férrea e o Rio Iguaçu. Para a população que mora próximo, o Parque fica na Avenida Intercavas e o acesso é fácil. O fato é que a área, tanto do parque quanto das cavas, é muito extensa.

2.3 DADOS DOS AFOGAMENTOS

“Em todo o mundo, a média de afogamentos é de 150 mil por ano. Em países desenvolvidos, é a segunda causa de óbito, sendo a quarta ou quinta em países subdesenvolvidos.” (SZPILMAN, 2001 apud Santana, 2003)

Ainda segundo Szpilman só em 1998, ocorreram 7.183 mortes por afogamento no Brasil. Timerman, citado por Santana, indica que no Brasil a morte por afogamento está em terceiro e que a região sul do país apresenta maior índice que o nordeste. Ainda neste autor discute que a grande maioria, cerca de 90% dos casos de afogamento ocorre apenas a 10 metros do guarda vidas, que segundo ele demonstra falta de informação, ou melhor, formação desta população.

Nas cavas de Curitiba não é muito diferente, em 2003 o número de afogamentos, só na região metropolitana, foi de 84 (CHUEIRE JR, 2003), destes 23 eram crianças. (ANDRICH, 2006)

Devido a esse número a prefeitura começou a monitorar o Parque Iguaçu, como mostra a reportagem do Estado do Paraná:

“Durante o verão, o número de pessoas que arriscam a vida para nadar nas diversas cavas da região metropolitana de Curitiba, aumenta quase na mesma proporção que a temperatura. Um dos lugares mais problemáticos é o Rio Iguaçu. É por isso que as equipes da Guarda Municipal que fazem a proteção do patrimônio público no Parque Iguaçu e no Parque Náutico aproveitam a proximidade com as cavas para fazer a conscientização dos visitantes” (Redação O Estado do Paraná, 2004)

Seguindo a linha de reportagem do jornal, encontramos ainda:

“Duas viaturas e duas motocicletas da Guarda percorrem os trechos das cavas espalhados pelos dois parques. Os agentes sempre encontram pescadores e pequenos grupos de pessoas dentro da água e fazem pelo menos 10 orientações diariamente sobre a proibição de banho e pesca no local. Quando os nadadores são crianças, a Central de Resgate Social da prefeitura e o Conselho Tutelar são acionados para que avisem os pais sobre a atitude dos filhos” (Redação O estado do Paraná, 2004)

Apesar de toda a tentativa da Prefeitura Municipal De Curitiba com prevenção e monitoramento o número de afogamentos não reduziu conforme cita o Estado do Paraná (2004): *“O número de vítimas tinha diminuído nos últimos anos, com o trabalho preventivo executado em parceria pela Guarda Municipal e os bombeiros. Em 2001, aconteceram 16 mortes por afogamentos no local. Em 2002, foram quatro ocorrências, mesmo número registrado no ano passado. Neste ano, ainda não aconteceram acidentes no Parque Iguaçu, ma em outras cavas da Região Metropolitana já foram registrados cinco mortes por afogamento na última semana”.*

Em 27 de janeiro de 2006, O Estado do Paraná publica que o Corpo de Bombeiros registrou 13 mortes por afogamento nos primeiros 27 dias do ano na Região Metropolitana de Curitiba, enquanto que neste mesmo período ocorreram seis (6)

óbitos no litoral pela mesma razão (CARVALHO, 2006). Andrich, (2006) argumenta que no ano de 2006, oitenta e uma pessoas morreram afogadas na região metropolitana, destes 90% eram homens entre 10 e 30 anos, e 41 eram crianças.

Em consonância com WRONISKI, (2007) encontramos que no primeiro mês de 2007 foi divulgado o Balanço da Operação o Verão, que vai de 20 de dezembro a 14 de janeiro, e o número de mortes por afogamento nas cavas da Região Metropolitana de Curitiba foi superior ao litoral, neste curto período, 11 pessoas foram vítimas.

No feriado prolongado de 02 de novembro de 2009, com temperaturas altas e sol a pino, morreram 9 pessoas em Curitiba vítimas de afogamentos, dessas, 2 em cavas, 3 em rios, 2 em barragens e 2 em piscinas, (PRATEANO, 2009). Também segundo BARROS, (2009): *“Durante o final de semana prolongado, 14 pessoas morreram afogadas no estado, oito casos foram registrados na Região Metropolitana de Curitiba. Entre ele três crianças, de 9, 10 e 13 anos de idade”* – autor refere-se ao feriado de finados

Segundo CHUEIRE (2003) os locais de maior número de ocorrências em Curitiba e Região Metropolitana são: Represa do Passaúna, Represa do Iraí, Represa da Vossoroca (BR376, saída Sta Catarina), Represa do Capivari, Represa do Jardim Acrópole, Parque Iguaçu. Destas apenas o Parque Iguaçu é monitorado. WRONISKI, (2007) referenda que: *“Na região de Curitiba, os acidentes geralmente ocorrem em lugares impróprios para banho e, por isto mesmo, não há salva-vidas”*.

A falta de consciência, em relação aos afogamentos por parte da população, como indica Sampaio, (2009), é tanta que em locais públicos, onde existem cavas, como Boqueirão, Araucária, e os parques Iguaçu e Náutico, a prefeitura colocou placas indicando proibição do nado, e a população ainda se arrisca e alega que não tem outra opção de lazer. Entretanto, o número de pontos onde existem cavas em propriedades privadas é alto, e muitas vezes de difícil acesso a veículos, isto dificulta a fiscalização por parte dos bombeiros. ANDRIECH (2006) argumenta que não há guarda vidas onde o banho é proibido e que o Corpo de Bombeiros não disponibiliza mais guarda vidas para as regiões das cavas porque além de colocar os profissionais em risco ainda incentiva a prática aquática neste local. OLIVEIRA (2006) também indica a falta de salva vidas na região das cavas e argumenta que 80 % dos casos ocorrem em áreas isoladas, onde o socorro demora a chegar. Além de

todos estes riscos, PRATEANO (2009) indica que por se localizarem em áreas isoladas as cavas favorecem atos de violência, pois não há policiamento, e o agressor esconde o corpo no próprio local.

3.0 MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa tem característica descritiva, é baseada em pesquisa bibliográfica em jornais locais, livros, dados da internet, documentos do Projeto Galha Azul. Para o presente estudo foi desenvolvido o Programa Ambientação e Sobrevivência Aquática, através da revisão da literatura existente procurando nesta melhor respaldo técnico e teórico.

OBJETIVO GERAL DO TRABALHO:

Elaboração de um Programa de Ambientação e Sobrevivência Aquática, com base na literatura pesquisada e na experimentação da metodologia com os participantes do Projeto Galha Azul.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Pesquisar na bibliografia;

Elaborar metodologia para o aprendizado da Natação, sobre a ótica da ambientação e sobrevivência aquática;

Experimentar a metodologia no Projeto Galha Azul, do CED, UFPR.

Para Machado (1978), em Metodologia da Natação, o aprendizado inicial da natação deveria seguir os seguintes passos:

1. Ambientação ao meio líquido;
2. Flutuação;
3. Respiração;
4. Propulsão, e
5. Mergulho elementar.

Em sua revisão e ampliação, editado em 2004, Machado permanece com o mesmo foco, porém para o aprendizado inicial acrescenta algumas novas etapas, portanto seus tópicos são na seguinte ordem:

1. Adaptação ao meio aquático;
2. Respiração e flutuação;
3. Noções de deslize;
4. Propulsão utilizando as pernas;
5. Propulsão utilizando os braços; coordenação;
6. Mergulho elementar;
7. Avaliação de habilidades.

Nota-se que nesta última revisão o autor enfatiza o tópico noções de deslize, pois percebe que: *“o aluno poderá perceber que uma melhor movimentação é adquirida por dois fatores: deslize e propulsão.”* (MACHADO, 2004, p.30)

O autor coloca respiração e flutuação em uma mesma etapa, pois estar em apnéia, com os pulmões cheios de ar, aumenta a capacidade de flutuação (Palmer, 1990). A Flutuação e o deslize juntos seriam melhores aproveitados considerando que a coordenação ventilatória é muito mais complexa e, portanto demanda mais tempo para ser aprendida, o que para alguns autores, como Carvalho, o ritmo respiratório está intimamente ligado a propulsão de braços; e que o deslize é flutuar com impulsão. Nesta revisão de 2004 o autor também desmembra o tópico propulsão em: propulsão de pernas e, propulsão de braços, indicando que a propulsão de pernas é uma continuidade do deslize. Porém, o mergulho elementar seguindo as propulsões, parece-me estar fora de ordem, pois não necessita destes dois tópicos para ser aprendido.

Para Palmer (1990), em *Ciência do Ensino da natação*, a iniciação ao meio aquático deve seguir as seguintes etapas:

1. Exercícios de confiança;
2. Flutuação;
3. Recuperação do pé na posição pronada e supinada;
4. Impulsão e deslizamento pronado e supino;
5. Nado cachorrinho.

Esta metodologia segue um continuum de aprendizado. Portanto, uma etapa precisa da sua anterior. Para Palmer o ritmo respiratório, com o rosto de imerso na água, só é estimulado na iniciação do nado crawl, não fazendo parte com isso da ambientação aquática.

Para Santana et AL(2003), em Nadar com Segurança, as etapas são divididas em 16 aulas que serão escritas a seguir:

1. Respiração e adaptação: deslocamentos e respiração;
2. Flutuação e propulsão ventral;
3. Propulsão ventral e início da flutuação dorsal;
4. Flutuação ventral sem apoio e recuperação do corpo;
5. Revisão e vivência aquática (cachorrinho);
6. Braço do crawl;
7. Recuperação e propulsão ventral;
8. Revisão e sobrevivência vertical;
9. Respiração lateral e início da mudança de posição;
10. Crawl e submerso;
11. Braço costas e mudanças de posição;
12. Costas e mudanças de direção e de posição;
- 13/14/15. Crawl e costas;
16. Revisão e mergulho.

Os autores não trabalham o deslize e a impulsão.

Para Turchiari (1996), em Pré-escola da natação, a iniciação ao meio líquido se dá nas seguintes etapas:

1. Reconhecimento do ambiente interno e externo da piscina,
2. Entrada na piscina,
3. Reconhecimento da piscina,
4. Controle respiratório,
5. Contato com a água,
6. Submergir a cabeça na água,
7. Flutuação em decúbito ventral,
8. Flutuação em decúbito dorsal,
9. Deslocamento sem auxílio de apoio dos pés no fundo,
10. Adaptação e deslocamento em piscinas com maior profundidade.

Este autor trabalha com um grupo bem iniciante, e por isso suas seqüências são lentas e cautelosas. As bases para o conhecimento do meio líquido são muito bem descritas pelo autor, e se bem aprendidas formam um indivíduo sem medo de água e não necessariamente um nadador.

Para Lima (1999), em Ensinando Natação, a seqüência pedagógica para a aprendizagem dos nados é comum aos quatro estilos da natação, segue-se de:

1. Adaptação ao meio líquido: o objetivo nesta fase também é a adaptação do aluno à escola, à piscina;
2. Respiração geral: controle da respiração para o aluno colocar o rosto dentro da água, para flutuar;

3. Flutuação ventral, dorsal, vertical, e lateral : aproveitar para apresentar todos os decúbitos possíveis, este é um dos motivos pelo qual o autor ensina crawl e costas juntos;
4. Propulsão de pernas: a pernada não representa apenas a propulsão, e sim o equilíbrio e a sustentação;
5. Propulsão de braços: esta fase inclui palmateios ou “sculling”; coordenar braçadas com respiração;
6. Coordenação de pernas e braços;
7. Respiração específica lateral e frontal;
8. Coordenação de pernas, braços e respiração (nado completo);
9. Saltos e viradas;
10. Sobrevivência aquática;
11. Salvamento.

Os dois últimos tópicos apenas são citados no livro, nas páginas 52 e 53 do livro, porém não são explicadas. Uma etapa muito importante que não foi mencionada é o deslize, fundamental para a propulsão; e imersões ou mergulhos também não são tratados (os saltos são apenas citados).

Em *Natação Animal*, Andries Jr et al, indicam que a iniciação ao meio aquático necessita das seguintes etapas:

1. Primeiros contatos com a água;
2. Respiração;
3. Flutuação;
4. Propulsão;
5. Entrada na água.

Estas etapas são superficiais: faltam deslizes, imersão, coordenações das propulsões com respiração.

Em *Natação segundo a psicomotricidade*, de Cacilda Gonçalves Velasco (1997), a autora divide o ensino da natação em 3 grandes etapas:

1. Adaptação, que se subdivide em adaptação ao ambiente da piscina propriamente dito; adaptação polissensorial que refere-se a vivência do contato da água com boca, nariz, olhos, e ouvidos; processo respiratório referente a inspiração fora da água e expiração dentro dela; imersão, que é uma consequência do processo anterior; flutuação que proporcionará ao indivíduo as sensações da densidade e empuxo da água; sustentação movimento de equilíbrio na água; propulsão;
2. Nados: crawl, costas, peito, borboleta;
3. Entradas; Saídas; viradas; chegadas.

Para Massaud e Corrêa (2001), em *Natação para adultos*, apresentam os conteúdos programáticos para a fase de adaptação, são eles:

1. Desenvolver deslocamentos de várias formas no plano vertical, com ou sem contato com os pés no fundo da piscina (dependerá da profundidade da piscina);
2. Desenvolver de várias formas no plano vertical, com e sem auxílio de material ou da borda;
3. Desenvolver imersões, de modo gradativo, sem forçar;
4. Exercícios de ritmos respiratórios diferentes: rápido, lento forte, fraco...;
5. Domínio respiratório pela boca, nariz, boca/nariz;
6. Respiração vertical na borda;
7. Desenvolver diversas formas de flutuar: ventral, dorsal, vertical, e tartaruga, com e sem o auxílio de flutuadores e do professor;

8. Estimular deslocamentos, em decúbito ventral, com e sem auxílio de material ou professor;
9. Desenvolver deslocamentos, em decúbito dorsal, com e sem auxílio,
10. Estimular deslocamentos em decúbito lateral, com e sem auxílio;
11. Desenvolver diversos jogos, para descontração facial e visão subaquática;
12. Desenvolver equilíbrio no meio líquido, com e sem auxílio de flutuadores;
13. Desenvolver agilidade no meio líquido;
14. Desenvolver deslocamentos submersos, nos três decúbitos;
15. Apesar da natação ser uma mobilidade desportiva individual, o professor deverá incentivar a sociabilização (sic) de seus alunos, através de atividades em grupos, de cooperação;
16. Desenvolver atividades de sobrevivência no meio líquido;
17. Mudanças de decúbitos nas diversas flutuações, sem auxílio e sem apoio nas bordas ou no fundo da piscina;
18. Respiração frontal com prancha;
19. Respiração lateral (vivência);
20. Visão subaquática;
21. Deslocamentos submersos em diversas profundidades;
22. Mudança de direção e sentido no deslocamento submerso;
23. Saltos da borda de diversas formas e alturas;
24. Educativos para mergulho de cabeça;
25. Rolamentos para frente e para trás, dentro e fora da água (Os rolos fora da água deverão ser executados sobre o tapetão, dentro da água, quando

possível, pois vários alunos se sentem constrangidos). Caso o aluno não queira realizar, não insista;

26. Rolamento lateral, esquerdo e direito;
27. Pernada de crawl com e sem prancha;
28. Pernada de crawl lateral, com e sem prancha;
29. Pernada de costas, com e sem prancha;
30. Exercícios de respiração lateral com prancha;
31. Movimento global nado crawl;
32. Movimento global nado costas;
33. Vivências de pernada de peito;
34. Vivências de braçada de peito;
35. Vivências de pernada de golfinho;

Em *Natação: etapas para o sucesso* (1999), livro este, extremamente didático, Thomas apresenta 12 etapas para o aprendizado da natação. Segundo o autor, as primeiras etapas fornecem base para as demais, facilitando assim o aprendizado. Seguem as etapas:

1. Flutuabilidade, com o rosto fora da água, em pé ou em decúbito dorsal, segundo Thomas os elementos que controlam a capacidade de flutuar são três: controle da respiração, posição do corpo (equilíbrio), e relaxamento;
2. Apoio e propulsão: através da propulsão de pernas e palmateios com os braços;
3. Movimento básico do nado de costas, para ele este movimento é executado da seguinte forma: *“flutue de costas, braços na lateral do corpo; eleve as mãos até a altura dos ombros; vire as mãos para fora; estenda os braços para fora e para cima; estenda*

na altura dos ombros; puxe em direção aos pés; mantenha os braços na lateral do corpo; relaxe e deixe o corpo deslizar” (THOMAS, 1999, p.28);

4. “Máscara e snorkel: quase mergulhando!”: consiste em executar deslizes em decúbito ventral utilizando o snorkel, portanto não há trabalho respiratório neste momento;

5. Propulsão das pernas do nado crawl, ainda utilizando o snorkel;

6. Respiração: controle da respiração + respiração lateral (técnica do nado crawl);

7. Deslize com trocas de decúbito (deslize lateral, virada de frente para trás passando pela posição vertical, virada de costas pra frente passando pela posição vertical);

8. Nado de lado;

9. Crawl;

10. Costas elementar: coordenação da pernada de peito, porém em decúbito dorsal, com, aquele que Thomas denominou, movimento básico de braços no nado de costas;

11. Nado de peito;

12. Mergulho.

O autor trabalha durante grande tempo sem ensinar ao aluno a colocar o rosto na água, qualquer acidente dentro da própria aula é suficiente para o aluno se assustar, de acordo com o Programa Ambientação e Sobrevivência Aquática o ensino do controle das respirações é a principal base para o aprendizado do meio líquido, é este controle quem proporciona segurança ao indivíduo iniciante.

Para Mackenzie e Spears, em Natación (1990), para a iniciação da natação é necessário seguir determinadas fases, estas virão a seguir:

“1. Control de La respiración; 2. Flotación em posição PRONA (FLUTUAÇÃO ESTILO MEDURA: mãos abraçam os joelhos, rosto fica na água, com olhos abertos,

recuperação da posição de medusa para a vertical, com os pés no chão); 3. braza de peito; 4. Flotación de dorso (decúbito dorsal) ; 5. Braza de dorso de iniciación (recuperação da posição do decúbito dorsal para vertical, com os pés no fundo da piscina, palmateio lateral ainda em decúbito dorsal); 6. Câmbios de posición; 7. Pedalear el agua; 8. Entradas em el agua; 9. Valoración (através de uma avaliação, valorizar aquilo que foi aprendido até então)." Este método é bem diferente daqueles tradicionais no Brasil, pois ensina braçadas de peito e palmateios, dentro da fase de iniciação á natação".

Em Natação na idade escolar, Massaud e Corrêa apresentam oito temas para aplicação em aulas de iniciação aquática para crianças entre 6 a 12 anos, estes aqui serão enumerados:

1. Sociabilização (sic); através de atividades em grupos, pois independente da natação ser um deporte individual neste momento pode-se incentivar a cooperação, o convívio em grupo;
2. Respiração (processo de ventilação pulmonar) : contato gradativo do rosto com a água, imersão, visão subaquática;
3. Equilíbrio: na natação esta situação se apresenta quando o aluno consegue flutuar em posição ventral ou dorsal, sem necessidade de auxílio; desenvolver equilíbrio dinâmico através da movimentação da água; desenvolver deslocamento vertical (fundamental para a sobrevivência aquática da criança);
4. Descontração facial;
5. Flutuações: desenvolver agilidade nas diversas trocas de decúbitos no meio líquido;
6. Saltos;
7. Deslocamentos: estimular velocidade nos deslocamentos; propulsão das pernas; flutuação vertical; desenvolver deslocamentos em decúbito dorsal, com ou sem auxílio; desenvolver deslocamentos submersos, nos três decúbitos;
8. Sobrevivência no meio líquido: preparar o aluno para possíveis emergências; deslocamentos com roupa; flutuações mais longas; retirada de roupa adjacente sem encostar o pé no chão.

Para Santos, em Natação: ensino e aprendizagem (1996), em sua metodologia "*não se pode desvincular o processo de ensinar a nadar do processo global*

de educação da criança.” (p.31), e para ambientação e adaptação ao meio aquático, segundo o autor atividade a ser desenvolvida em curto prazo, segue-se as etapas:

1. Entradas e saídas;
2. Deslocamentos;
3. Imersões;
4. Abertura dos olhos sob a água;
5. Equilíbrio dorsal, ventral e vertical (controle tônico);
6. Saltos: em pé, agachado, de frente, de costas, de cabeça,...;
7. Lançamentos e recepção;
8. Deslizamento ventral e dorsal;
9. Respiração: consciência e controle respiratório;
10. Propulsão: (deslocamentos) ;
11. Nadar: deslocamentos com combinações de movimentos de pernas, braços e respiração;
12. Próxima fase, de médio prazo, visa aprendizagem dos movimentos dos nados.

O autor, diferente dos demais citados, trabalha entradas e saídas antes de qualquer outra valência da ambientação aquática e, com isso, corre o mesmo risco que Thomas, em Natação: etapas para o sucesso, pular uma etapa relacionada a ritmo respiratório ou adaptação polissensorial, como cita Velasco, possibilita ao indivíduo iniciante dificuldade de ação em um momento de crise, caso ele escorregue dentro da piscina, por exemplo.

Entre todos os autores citados, apenas Santana et al enfatiza a sobrevivência aquática, e Palmer cita as técnicas de sobrevivência, porém não as deixa clara em que momento, dentro do ensino seria adequado utilizar. Os autores anteriormente citados constituirão nossa base de pesquisa bibliográfica para apresentação das técnicas de sobrevivência aquática:

“quando o individuo está nadando (ou se deslocando em meio liquido), a segurança depende de sua própria reação. Existem três regras fundamentais para se safar do perigo: não entrar em pânico, raciocinar e poupar forças(...) maior vivência aquática proporcionará um

repertório motor determinante para a tranquilidade no momento de tomar decisões em vista da facilidade em nadar e da distância que terá de nadar. Para que o aluno conheça qual a maneira de nadar com mais facilidade, é preciso que lhe seja proporcionado o máximo possível de vivências: nado de lado, de costas, cachorrinho, submerso etc.”(SANTANA,2003, p.42).

Quando discutimos os 3 fundamentos para a sobrevivência em meio líquido não se faz referência apenas às cavas, e sim a naufrágios, a tetanias musculares no meio da atividade aquática. A verdade é só uma quem não se desespera, não afunda, pois de acordo com a hidrostática basta encontrar a posição de equilíbrio, o centro de flutuação que age empurrando o corpo na água para cima, que ele flutuará seja em pé, deitado em decúbito dorsal ou, o pior, para quem não sabe nadar, em decúbito ventral.

Para não se apavorar e ter, com isso, condições de raciocínio é necessário aprender sobre o meio e como deve proceder em caso de crise. Para isto serão apresentadas as técnicas de sobrevivência aquática encontradas em Santana e Palmer, pois estas funcionam simulando situações possíveis de afogamento, aqui estão:

1. SUSTENTAÇÃO NA ÁGUA

- a. Em flutuação, corpo na posição vertical, pernadas de crawl, palmateios, cabeça levemente jogada para trás. Segundo Palmer, isto possibilita desobstrução das vias aéreas.
- b. Em flutuação, corpo na posição vertical, porém sentado, pedalando, braçadas do nado peito

2. MERGULHO NA SUPERFÍCIE

- a. Mergulho da cabeça, utilizando a braçada de peito
- b. Mergulho em submersão: mergulho dos pés, a partir da posição de sustentação na água

3. NADO SUBMERSO

- a. Movimento crawl/peito híbrido: pernada de crawl com braçada de peito

- b. Nado cachorrinho: pernada de crawl com remadas a frente.
- c. Nado de lado: muito utilizado para salvamentos, porém é relaxante, pois a pernada é estilo tesoura.
- 4. FLUTUAÇÃO DORSAL: com o rosto na água
- 5. FLUTUAÇÃO VENTRAL: com a barriga para cima
- 6. TRANSFERÊNCIAS DE DECÚBITO: do dorsal para o lateral ou para o ventral
- 7. TIRAR ROUPA NA ÁGUA: Para naufrágios caso a roupa seja de lã é interessante retirá-la, ou mesmo quando há dificuldade de sustentação pode transformar a roupa em objeto inflável, utilizando uma jaqueta de náilon, por exemplo.
- 8. INFLAÇÃO DAS ROUPAS: amarrando as extremidades e enchendo de ar, enquanto estiver na água, sem apoio.

Além do auto- salvamento, com informação, o indivíduo se torna capaz de discernir o perigo imediato, por exemplo, ao ver alguém se afogar ele não pula para salvá-lo e sim procura ajuda e objetos flutuantes como garrafa pet, pneus e arremessa para o indivíduo em risco sem colocar, também, a sua vida em risco.

“Já houve um caso em que uma criança caiu em um rio e cinco pessoas pularam para salvar. Todas morreram e a criança só foi salva porque alguém permaneceu fora e jogou uma toalha para ela segurar.” - entrevista do major Samuel Prestes, comandante do Grupo de Operações de Socorro Tático (PRATEANO, 2009).

3.2 População e Amostra

A população participante do presente estudo foram os alunos do projeto Gralha Azul constituído de 40 alunos e alunas, divididos em duas turmas, com aulas de 1 hora de duração cada. Estes vinham nos sábados aprender o Programa de Ambientação Aquática e Sobrevivência, inicialmente motivadas pela possibilidade de realizar a atividade de natação. Que serviu como agente motivador.

Nosso cenário de investigação foi o Centro Educação e Desportos (CED), que interage com o Departamento de Educação Física, e ambos estão vinculados academicamente ao setor de Ciências Biológicas. O CED possui em sua estrutura física, dentro do campus “Centro Politécnico”, três (3) piscinas aquecidas, vestiários

femininos e masculinos, com água quente em seus chuveiros e armários com chave para guardar pertences, as piscinas são: uma (1) de vinte e cinco (25) metros com dez (10) raias; duas (2) piscinas ovais para a prática de hidroginástica com temperaturas um pouco mais elevadas. O CED já tem aulas de natação e hidroginástica de segunda à sexta para a comunidade interna e externa com preços bem acessíveis.

Todavia, no sábado não há atividade e a piscina continua aquecida, ou seja os gastos para a Universidade seriam praticamente os mesmos, excluindo os posteriores banhos dos alunos após a atividade física, portanto este seria o momento em que o Programa proposto poderia ser executado. O Projeto Grelha Azul cederia estagiários para as aulas de Ambientação e sobrevivência aquática, pois o principal foco deste programa é a segurança do aluno dentro e fora da piscina. Entretanto, os alunos seriam responsáveis pela sua ida até o CED, pois o ônibus, que durante a semana passa nas escolas para buscá-los, não estará disponível. Isto inicialmente inibirá a participação de alguns alunos.

4.0 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O resultado principal dessa pesquisa foi a elaboração do Programa AMBIENTAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA AQUÁTICA. Nossa principal dúvida para a elaboração da metodologia para o “Programa ambientação e sobrevivência aquática” foi qual técnica da natação seria utilizada, sendo o grupo tão específico. Para isto fizemos uma revisão bibliográfica entendendo como cada autor trabalha a iniciação da natação, seus fundamentos e justificativas para a metodologia escolhida. Independente do grupo estudado pelo autor: criança ou adulto; a característica em comum para escolhê-los relacionava-se com o ensino inicial da natação e sua progressão pedagógica. Utilizamos três autores que não propuseram sua metodologia para um grupo específico, são eles; Palmer, Machado e Santana. O nome para este projeto foi buscado em Palmer, (1990), pois a maioria das técnicas utilizadas para a sobrevivência aquática é descrita por ele. A ambientação é a base para o entendimento do meio aquático e deve ser aplicada visando o aluno como um todo e a utilidade que este novo conhecimento trará a ele.

O programa tem como pressuposto, assim como conceituam os bombeiros, de que prevenir é salvar, porém é preciso encontrar meios de informar os riscos. Prevenir através do medo, indicando que a água é suja e que pode transmitir doenças, ou que a cava é funda e que há risco de afogamento são apenas medidas paliativas. Os dados coletados ao longo deste trabalho demonstram isto. O indivíduo, antes de tudo, deve conhecer o meio aquático e o modo como seu corpo interage com o mesmo, porém para isto é necessário vivência na água. Não podemos, agora, pensar que o Projeto Gralha Azul produzirá 200 atletas de natação por ano, este não é o objetivo do PGA. Porém ao final de cada ano letivo diremos que são mais 200 que não morrerão afogados, pois aprenderão suas capacidades e seus limites dentro da água. Um dos grandes riscos vividos por aqueles que não conhecem o meio aquático é se arriscar sem necessidade, pois não conhecem o real risco.

Acreditando que as cavas são como piscina, que seu fundo é desnivelado, os banhistas colocam-se em perigo (CARVALHO, 2007). BARROS (2009) analisa os

principais fatores de acidentes em cavas e lagos. Segundo ele, estes possuem vegetação no fundo, arames, restos de lixo, além do banhista não ter visibilidades do fundo, ainda pode se prender em algum destes objetos, apresentarem dificuldades em se soltar, ou nem conseguir soltar-se.

Finalmente, Prateano denota em entrevista com expertos do Corpo de Bombeiros, a forma de auxiliar em afogamentos:

“Segundo o major Prestes, quem presencia um afogamento não deve pular na água. A melhor forma de ajudar é permanecer em terra e encontrar suporte ou objeto que possa ser jogado na água e no qual a pessoa possa se agarrar. Já houve um caso em que uma criança caiu em um rio e cinco pessoas pularam para salvar. Todas morreram e a criança só foi salva porque alguém permaneceu fora e jogou uma toalha para ela segurar”

Santana e outros analisam a importância da natação, além do aspecto como esporte formal:

“nadar é muito mais que um esporte: significa ter mais opções de lazer condições de se defender em meio aquático e auxiliar na preservação da vida de outras pessoas” (p.17).

O grupo do PGA entendeu sua participação nas aulas de natação como uma boa novidade, por isso o processo de aprendizado foi bem receptivo e foram ensinados todos os passos antes do início da atividade: utilização do vestiário, da piscina, responsabilidades com o espaço e com o colega dentro da piscina. Inclusive, percebemos que para este grupo seria importante enfatizar as rotinas para a prática da atividade aquática, por isso denominamos a primeira etapa do programa como adaptação às rotinas da natação. A METODOLOGIA para alcançarmos nossos objetivos foi organizada da seguinte maneira:

Organizamos o programa em 16 etapas, a saber:

1. ADAPTAÇÃO AS ROTINAS DA NATAÇÃO: Apresentação dos usos do vestiário, a ducha antes de entrar na piscina, o uso obrigatório de touca dentro da piscina (emprestada pelo projeto), passar pelo lava-pés antes de entrar na área da piscina e só utilizar chinelo de borracha ou andar descalço nesta área, usar banheiro e, assoar o nariz antes da aula, inspeção dos pés no vestiário. Apesar de ser feito um exame médico antes da entrada do aluno no programa.

“a inspeção dos pés deve fazer parte das aulas iniciais de natação. Em pouco tempo é desejável que os alunos se tornem conscientes para admitir que tem alguma infecção nos pés.” (PALMER, 1990, p.36).

Aprender maneiras seguras de entrar e sair da piscina durante as aulas;

2. DESLOCAMENTOS: com os pés no chão, este é o momento de aprender as pressões que a água exerce sobre o corpo e, encontrar equilíbrios para deslocamentos sem apoios das mãos. Deslocamentos de frente, costas, laterais, elevando joelhos, de mãos dadas;
3. RESPIRAÇÃO GERAL: controle da respiração para o aluno colocar o rosto dentro da água, para flutuar (LIMA, 1999). A preocupação será em conscientizar o aluno do controle do movimento respiratório. Que, na água, ocorre através de inspirar pela boca e expirar pelo nariz. Porém, copiando Velasco, este é também um momento importante para adaptação polissensorial, a qual ocorre na vivência com a água através do rosto, olhos, boca, nariz e ouvidos. (VELASCO, 1997);

4. DESLOCAMENTOS EM FLUTUAÇÃO, com utilização de flutuadores: pedalar de frente, costas, vivência de pernada lateral (tesoura), movimentos de hidroginástica em flutuação;
5. RECUPERAÇÃO DA POSIÇÃO EM PÉ: deitado na água, braços criam uma força para baixo e joelho sobe em direção à superfície para que o aluno consiga colocar os pés no chão e fique em pé na piscina. (ainda coma utilização de flutuadores, após aprendizagem da etapa “flutuação” realizá-lo sem este.).
6. FLUTUAÇÃO COM IMERSÃO DO ROSTO EM ÁGUA: dorsal, ventral, lateral; inicialmente com utilização de flutuadores, visando flutuar sozinho. *“Esse trabalho de flutuação vai proporcionar ao aluno a oportunidade de sentir a densidade da água e perceber que seu corpo torna-se mais leve quando dentro dela”* (VELASCO, 1997);
7. IMERSÃO TOTAL: consiste em afundar o corpo todo na água, inicialmente em posição vertical, vivência importante visando o mergulho e maior controle respiratório;
8. DESLIZE/ IMPULSÃO HORIZONTAL: o deslize é a progressão pedagógica da flutuação. *“O impulso por si mesmo é de menor importância, sendo meramente um meio de desenvolver o impulso necessário ao deslizamento”* (PALMER, 1990, p.242);
9. PALMATEIOS E BRAÇO RUDIMENTAR DO NADO PEITO: o movimento oscilatório da remada realizado continuamente gera propulsão ou sustentação constante, também pode ser feita com movimento de puxar-empurrar do braço. Serão ensinados os três tipos de remada: plana, padrão, e invertida. Serão vivenciados: movimento em concha, puxadas e, remadas laterais.

10. SUSTENTAÇÃO: manter o corpo em flutuação com o mínimo de esforço possível, após o aprendizado do palmateio, os movimentos de sustentação serão de extrema importância para a sobrevivência aquática. Utilizar exercícios do nado sincronizado e pólo aquático.
11. TROCAS DE DECÚBITOS: sem apoio;
12. MERGULHOS: a partir da borda, porém não estamos visando saltos ou entradas para competições. Os alunos deverão mergulhar com segurança.
13. PROPULSÃO PERNAS: vivências de pernada de crawl, costas, tesoura;
14. PROPULSÃO BRAÇOS: vivências de: remadas, costas rudimentar e, peito.
15. NADO CACHORRINHO: coordenação pernas e braços em remada;
16. REVISÃO DAS TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA: e, apresentação da cartilha “Brinque com segurança”(visando informar aos familiares os riscos do lazer aquático).

As dezesseis etapas são destinadas a indivíduos que não sabem nadar e que não tiveram contato com o meio aquático, pois este é o perfil do aluno do projeto Galha Azul. Toda esta metodologia foi elaborada visando a sobrevivência aquática desta população que não tem acesso a espaços aquáticos com segurança, e que muitas vezes apenas dispõe de cavas, rios ou represas de fácil acesso, porém estas não são monitoradas. Como confirma WRONISKI, (2007) *“Na região de Curitiba, os acidentes geralmente ocorrem em lugares impróprios para banho e, por isto mesmo, não há salva-vidas”*.

Para alguns pode ser que os estilos da natação façam falta nesta metodologia, porém o foco do projeto é apresentar ao aluno do Projeto Galha Azul um meio aquático com segurança.

5.0 CONCLUSÕES

Os números de afogamentos nas cavas de Curitiba e Região Metropolitana são altos, mesmo com a intervenção da prefeitura ainda há muito que caminhar. As cavas são um problema, pois não podem ser retiradas do local onde estão, pois muitas servem de reservatório ou para minimizar as cheias do Rio Iguaçu em épocas de muita chuva.

A extração de argila e areia é muito importante para a economia do estado, portanto, a tendência à curto prazo é um aumento, ainda na maior, no número de cavas. Percebe-se que localmente, no Parque do Iguaçu, ou em áreas públicas, houve uma diminuição na incidência de afogamentos, porém aumentaram nas regiões privadas, onde a fiscalização por parte da Guarda Municipal é dificultada.

O Corpo de Bombeiros não faz guarda vidas em cavas, pois em sua visão estariam estimulando a população ainda mais. Nesta pesquisa as cavas são comentadas em diversos jornais todos os anos, somente no período da Operação Verão, e após isto não há reportagens sobre elas, mesmo com os afogamentos ocorrendo em outubro, ou em março, dependendo das temperaturas. É assustador o percentual de crianças envolvidas com afogamentos: em 2003 das 84 mortes, 23 eram crianças são 27,38%; em 2006 das 81 mortes, 41 eram crianças são 50,62%; em novembro de 2009, em um único feriado, das 14 mortes, 3 eram crianças são 21,43%.

Os bombeiros relatam que a maior parte dos afogamentos ocorre por imprudência, e este fato só pode ser mudado através da conscientização da população. Esta feita pelo programa ambientação e sobrevivência aquática que é estruturado para o ensino das técnicas do não afogamento. Por isso, a recomendação deste programa para o Projeto Galha Azul, pois Uma das funções deste é a formação de cidadãos, moradores do bairro Cajuru, que por isso tem facilidade de acesso as cavas.

Este grupo tem características adversas daquelas encontradas na maioria das escolas de natação particulares em Curitiba, apresenta um número grande de crianças, cerca de 200, para serem atendidas todas em um único dia (é sem dúvida um desafio), pertencentes a um grupo de renda baixa e que, portanto, dificilmente teriam a oportunidade de vivência aquática segura, é um grupo, relativamente, heterogêneo em relação à idade e gênero.

Outro dado importante é a conscientização deste grupo em relação aos perigos do meio aquático, utilizando-se dos 4 pilares do Projeto Galha Azul, o aluno aprenderia a conhecer seus limites, o limite do outro, e a refletir sobre a sua segurança e a do outro. Junto a isto, o CED tem condições de abrigar as aulas do programa sem aumento significativo no orçamento, somente os banhos, pois a piscina, em finais de semana, precisa ser mantida aquecida, com uso ou não.

A presente pesquisa responde parcialmente sua a pergunta norteadora, apresenta dados que respondem a questão da necessidade do programa para determinado grupo, porém com entrevistas responderia de forma mais completa, não é citado a importância desta atividade para o aluno. Através de questionários fechados, fáceis de serem aplicados, estes dados seriam discutido de forma mais abrangente no trabalho. Tanto a capacidade do CED quanto a capacidade do projeto galha azul em receber o Programa Ambientação e sobrevivência aquática poderia ser mais bem definido através de entrevista semi estruturada com o diretor do CED e o coordenador do Projeto, e o diretor do departamento de educação física

6.0 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PRATEANO,V. NOVE MORREM POR AFOGAMENTO NO FERIADÃO. GAZETA DO POVO. VIDA E CIDADANIA.

<http://portal.rpc.com.br/gazetadopovo/vidaecidadania/conteudo.phtml?tl=1&id=940696&...> EM 14/11/2009

SANTANA, V.H.,TAVARES, M.C,SANTANA,V.E., NADAR COM SEGURANÇA: PREVENÇÃO DE AFOGAMENTOS, TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA, ADAPATAÇÃO AO MEIO LÍQUIDO E RESGATE E SALVAMENTO AQUÁTICO. BARUERI, SP: EDITORA MANOLE LTDA, 2003,

MASSAUD,M.G; CORRÊA,C.R.F. NATAÇÃO PARA ADULTOS.RIO DE JANEIRO,RJ: SPRINT,2001.

(CHUEIRE,JR.R. APESAR DAS ADVERTÊNCIAS, MUITOS CONTINUAM SE ARRISCANDO NAS CAVAS. CIDADES/NOTÍCIAS.PARANÁ ONLINE. 10/12/2003. [HTTP://WWW.PARANA-ONLINE.COM.BR/EDITORIA/CIDADES/NEWS/67825/](http://www.parana-online.com.br/editoria/cidades/news/67825/) EM 14/11/2009)

VELASCO,C.G. NATAÇÃO SEGUNDO A PSICOMOTRICIDADE.RIO DE JANEIRO,RJ: SPRINT, 2ED, 1997.

SECS . GOVERNO VAI APRESENTAR PROPOSTA PARA USO DAS CAVS DO RIO IGUAÇU. <http://www.aenoticias.pr.gov.br/modules/news/article.php?storyid=26575> EM 14/11/2009.

REDAÇÃO. CAVAS TRAIÇOEIRAS PODEM CAUSAR GRAVES ACIDENTES. O ESTADO DO PARANÁ. CIDADES/NOTÍCIAS PARANÁ ONLINE. 14/01/2004. <http://www.parana-online.com.br/editoria/cidades/news/70763> em 14/11/2009.

KOTSAN,A. FIM DE SEMANA REGISTRA 5 MORTES POR AFOGAMENTO NO PARANÁ. GAZETA DO POVO. CADERNO VIDA E CIDADANIA.

<http://portal.rpc.com.br/gazetadopovo/vidaecidadania/conteudo.phtml?id=634329> EM 14/11/2009.

BARROS,M. FERIADO REGISTROU 14 MORTES POR AFOGAMENTO.PARANÁ ONLINE, POLÍCIA/NOTÍCIAS. <http://www.parana-online.com.br/editoria/policia/news/407366/?noticia=FERIADO+RE...> EM 14/11/2009.

THOMAS,D.G. NATAÇÃO: ETAPAS PARA O SUCESSO.SÃO PAULO,SP: EDITORA MANOLE LTDA, 1ED. 1999.

MACKENZIE,M.M.; SPEARS,B. NATACIÓN. 3ED. MÉXICO: EDAMEX,1990.

MASSAUD,M.C.; CORRÊA,C.R. NATAÇÃO NA IDADE ESCOLAR. RIO DE JANEIRO,RJ: SPRINT,2004

LIMA,W.U.DE. ENSINANDO NATAÇÃO. 2ED. SÃO PAULO, SP: PHORTE,2006.

SANTOS, C.A.DOS. NATAÇÃO: ENSINO E APRENDIZAGEM. RIO DE JANEIRO,RJ: SPRINT,1996.

GOMES,W.D.F. NATAÇÃO: UMA ALTERNATIVA METODOLÓGICA. RIO DE JANEIRO, RJ: SPRINT, 1995

PALMER,M.L. A CCIÊNCIA DO ENSINO DA NATAÇÃO. SÃO PAULO, SP: EDITORA MANOLE LTDA, 1990.

MACHADO,D.C. METODOLOGIA DA NATAÇÃO: EDIÇÃO REVISADA E AMPLIADA. SÃO PAULO, SP: EPU,2004.

MACHADO,D.C. METODOLOGIA DA NATAÇÃO. SÃO PAULO, SP: EPU, 1978.

ANDRIES JR, O ET AL. NATAÇÃO ANIMAL: APRENDENDO A NADAR COM OS ANIMAIS. SÃO PAULO, SP: EDIITORA MANOLE LTDA, 2002.

CARVALHO, J. CAVAS DA REGIÃO METROPOLITANA MATAM MAIS QUE O MAR. 27/01/2006.
O ESTADO DO PARANÁ. (www.paraná-
online.com.br/editoria/policia/news/160599/?noticia=CAVAS+...) EM
18/11/2009.
WRONISKI, E. NÚMERO DE AFOGAMENTOS CRESCE NA TEMPORADA.
16/01/2007

. O ESTADO DO PARANÁ. (www.parana-
online.com.br/editoria/policia/news/219846/?noticia=NUMERO+...) EM 17/11/2009

ANDRICH, M. AUMENTA A PREOCUPAÇÃO COM AFOGAMENTOS NO VERÃO. O ESTADO DO
PARANÁ. 26/11/2009. (www.parana-
online.com.br/editoria/cidades/news/216217/?noticia=AUMENTA+...) EM
18/11/2009.

OLIVEIRA, R. AFOGAMENTOS PREOCUPAM O CORPO DE BOMBEIROS. O ESTADO DO
PARANÁ, 14/11/2006. (www.parana-
online.com.br/editoria/policia/news/209046/?noticia=AFOGAMENTOS+...) EM
18/11/2009.

ARAUJO, C.S. PROGRAMA EDUCAÇÃO PELO ESPORTE: ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS NO
PROJETO GALHA AZUL. MONOGRAFIA APRESENTADA PARA CONCLUSÃO DO CURSO DE
EDUCAÇÃO FÍSICA, DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA. UNIVERSIDADE FEDERAL DO
PARANÁ. CURITIBA, 2008.

URBS <http://urbs-web.cuiitiba.pr.gov.br> EM 17/11/2009.

CURITIBA SITES <http://curitibasites.com/servicos/horarios/shtml> EM 18/11/2009.

WIKIMAPIA <http://wikimapia.org/2176537/pt/Parque-Igua%C3%A7u-Zool%..> EM
16/11/2009.

IPPUC. CURITIBA EM DADOS, 1996. CURITIBA, 1996.

IPPUC. PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA, 1995. CURITIBA, 1995.